



CITTA' DI ALBA

Assessorato ai Servizi Sociali



Cooperativa Sociale Il Pianeta

# ATTIVITA' MOTORIA PER LA TERZA ETA'

INIZIO CORSI LUNEDI' 4 OTTOBRE 2021

FINE CORSI VENERDI 27 MAGGIO 2022

## CENTRO ANZIANI ZONA MORETTA (via Rio Misureto)

Lunedì Pilates Ginnastica tradizionale: 8.30 – 9.30; 9.30 – 10.30  
Mercoledì Pilates Ginnastica tradizionale: 8.30 – 9.30; 9.30 – 10.30

## CENTRO ANZIANI ZONA CENTRO (via G. Govone)

Mercoledì Ginnastica tradizionale: 9.00 – 10.00; 10.00 – 11.00  
Venerdì Ginnastica tradizionale: 9.00 – 10.00; 10.00 – 11.00

## CENTRO ANZIANI ZONA BORGO PIAVE (c/o parrocchia Divin Maestro)

Martedì Ginnastica tradizionale: 9.00 – 10.00; 10.00 – 11.00  
Giovedì Ginnastica tradizionale: 9.00 – 10.00; 10.00 – 11.00

## CENTRO ANZIANI ZONA MUSSOTTO (c/o gruppo sportivo Koala)

Lunedì Ginnastica tradizionale: 15.00 – 16.00  
Giovedì Ginnastica tradizionale: 15.00 – 16.00

**COSTI (per tutto il periodo) : Euro 90 per una seduta settimanale, Euro 130 per due sedute settimanali, Euro 150 per tre sedute settimanali**

**Tutti i corsi partiranno con un numero minimo di 15 iscritti.**

*Se le adesioni saranno molto numerose potrebbero venire attivati altri corsi.*

## INFORMAZIONI

Ufficio Anziani Comune di Alba - Tel. 0173 292272 - [ufficio.anziani@comune.alba.cn.it](mailto:ufficio.anziani@comune.alba.cn.it)